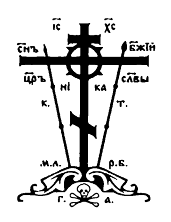

Чин пения
двенадцати
псалмов
с краткими
наставлениями
и поучениями

Кто поет псалом, тот, хотя был крайне развратным, стыдясь псалма, обуздывает силу сладострастия и, хотя обременен был безчисленными пороками и одержим унынием, – услаждаясь удовольствием, облегчает свои мысли, окрыляет ум и возвышает душу.

Если ты впал в искушение, ты почерпнешь в псалмах обильное утешение; если согрешишь, найдешь здесь тысячи готовых лекарств, впадаешь ли в бедность или в какое несчастие, – (псалмы) укажут тебе многие пристани.

Всегда псалмопение является торжеством для радующихся, утешением для унывающих... Оно укрощает страсти, как диких зверей: обуздывает невоздержание, погашает несправедливость, поддерживает правду, низлагает хульные замыслы, убивает постыдные мысли, возвещает Божественный закон, проповедует Бога, разъясняет веру, заграждает уста еретиков, созидает Церковь.

Свт. Иоанн Златоуст



ЧИН ПЕНИЯ ДВЕНАДЦАТИ ПСАЛМОВ



Свято-Успенская Почаевская Лавра
2017

По благословению Высокопреосвященнейшего Владимира, Митрополита Почаевского, Наместника Свято-Успенской Почаевской Лавры



Чин пения двенадцати псалмов – то древнейшее молитвенное правило, которое было принято не только у монахов, но и у многих поколений благочестивых православных христиан. Этот чин был дан великому египетскому подвижнику, преподобному Пахомию, не от человеков, не от предания, а преподан ему от Ангела, явившегося в собрание монахов, рассуждавших о том, какое именно молитвенное правило им избрать.

«Псалом – привлечение ангельской помощи, оружие против страха ненужного, упокоение от дневных трудов, безопасность младенцев, украшение пожилым, утешение старцам, приличное убранство женщинам», – пишет преподобный Ефрем Сирин.

Не случайно покойный предстоятель Русской Православной Церкви, патриарх Пимен, ежедневно читал именно это правило, не случайно глинские старцы, подвижники последних времен, советовали непременное ежедневное чтение двенадцати псалмов. «Это наша газетка», – улыбаясь, говорил один из старцев своему духовному сыну, жившему в миру и пояснял, что это правило можно читать и в пути, и в любом месте, сосредотачиваясь среди дневной суеты, чтобы наполнить душу не лукавыми и полными человеческой злобы известиями о самовлюбленном и погибающем мире, а вечными, чистыми и животворящими глаголами Вечной Жизни.

Посмотрите на великого Царя и Пророка, святого Давида! На какую высоту взошел он, благодаря своему покаянию! Какие сильные молитвы (т. е. псалмы) оставил он нам в наследие! Они так сильны потому, что в каждом из псалмов кроются великие истины. И ключи для их разумения даются только людям со смиренным сердцем. Демоны слышат эти псалмы и молитвы сего великого царя и трепещут. Они

убегают в безлюдные места и горы. Поэтому, когда у вас будут проблемы, не забывайте читать Псалтирь, или избранные из нее псалмы.

Псалмы – это слова, написать которые Дух Святой вдохновил св. Давида, и которыми он изгонял злого духа от царя Саула. Богодухновенные слова псалмов отгоняют от нас злых духов с их прилогами и нечистыми помыслами, которые они всевают в наши мысли.

Псалтирь – это книга книг; это основа нашего богослужения, ведь все с Псалтири началось. Это сокровищница духовных смыслов и в зависимости от духовного возраста открываются в псалмах все новые и глубокие смыслы. Преподобный Амфилохий Почаевский говорил: «Псалтирь – это духовно-благодатное море». А преподобный Паисий Афонский говорил: «Чтение псалмов умиротворяет душу. Оно даже диких зверей укрощает, а тем более – человека. Сколько утешений я нахожу в Псалтири, она – гроза диавола. Я от чтения псалмов испытываю радость». Псково-Печерский старец схиигумен Савва поучал: «Чтение псалмов убивает всякое зло и ограждает всех миром и

любовью. Ничего так не смущает, не губит и не печалит самого злейшего беса, как прилежное чтение Псалтири. Недавно почивший духовник и старец Браиловского Свято-Троицкого женского монастыря, схиархимандрит Кирилл всегда благословлял приходивших к нему людям читать во всех жизненных обстоятельствах чин пения[1] двенадцати псалмов.

Осмысленное чтение псалмов наполняет весь ум человека, всю его душу духовными размышлениями, духовными истинами. Чтение Псалтири, как никогда актуально в наше время – время, когда агрессивная среда интернета затягивает в себя практически всех, кто к ней прикасается. Это значит, что люди, которые будут читать псалмы, будут приобретать духовное богатство, будут духовно преуспевать, будут познавать волю Божию.

Закончим это предисловие словами преподобного Иоанна Лествичника: «Чтение псалмов прогоняет печаль и умиротворяет душу».

---

[1] *Пения – т.е. медленного и внимательного чтения.*

ЧИН,
КАКО ПОДОБАЕТ ПЕТИ ДВАНАДЕСЯТЬ ПСАЛМОВ ОСОБЬ,

ихже пояху преподобнии отцы пустыннии во дни и в нощи, о нихже воспоминается в книгах отеческих, и в житиях и мучениих святых многих.

Сей же чин принесе от Святыя Горы преподобный Досифей, архимандрит Печерский. Егоже начало:

Аще иерей, глаголет:

Благослове́н Бог наш всегда́, ны́не и при́сно и во ве́ки веко́в. Ами́нь.

Аще же мирский, глаголет:

Моли́твами святы́х оте́ц на́ших, Го́споди Иису́се Христе́, Бо́же наш, поми́луй нас. Ами́нь.

Сла́ва Тебе́, Бо́же наш, сла́ва Тебе́.

Царю́ Небе́сный, Уте́шителю, Ду́ше и́стины, И́же везде́ сы́й, и вся исполня́яй, Сокро́вище благи́х, и жи́зни Пода́телю, прииди́ и всели́ся в ны, и очи́сти ны от вся́кия скве́рны и спаси́, Бла́же, ду́ши на́ша.

Святы́й Бо́же, Святы́й Кре́пкий, Святы́й Безсме́ртный, поми́луй нас. *(Трижды).*

Сла́ва Отцу́ и Сы́ну и Свято́му Ду́ху, и ны́не и при́сно и во ве́ки веко́в. Ами́нь.

Пресвята́я Тро́ице, поми́луй нас; Го́споди, очи́сти грехи́ на́ша; Влады́ко, прости́ беззако́ния на́ша; Святы́й, посети́ и исцели́ не́мощи на́ша, и́мене Твоего́ ра́ди.

Го́споди, поми́луй *(трижды).*

Сла́ва, и ны́не:

О́тче наш, И́же еси́ на небесе́х! Да святи́тся и́мя Твое́, да прии́дет Ца́рствие Твое́, да бу́дет во́ля Твоя́, я́ко на небеси́ и на земли́. Хле́б наш насу́щный да́ждь нам

дне́сь; и оста́ви нам до́лги на́ша, я́коже и мы оставля́ем должнико́м на́шим; и не введи́ нас во искуше́ние, но изба́ви нас от лука́ваго.

Го́споди, поми́луй *(12 раз).*

Сла́ва, и ны́не:

Приид́ите, поклони́мся Царе́ви на́шему Бо́гу.

Прии́дите, поклони́мся и припаде́м Христу́, Царе́ви на́шему Бо́гу.

Прии́дите, поклони́мся и припаде́м Самому́ Христу́, Царе́ви и Бо́гу на́шему.

Псалом 26

[1]Госпо́дь просвеще́ние мое́ и Спаси́тель
мой, кого́ убою́ся? Госпо́дь Защи́титель
живота́ моего́, от кого́ устрашу́ся? [2]Внегда́
приближа́тися на мя зло́бующым, е́же
сне́сти пло́ти моя́, оскорбля́ющии мя, и
врази́ мои́, ти́и изнемого́ша и падо́ша.
[3]Аще ополчи́тся на мя полк, не убои́тся
се́рдце мое́, а́ще воста́нет на мя брань,
на Него́ аз упова́ю. [4]Еди́но проси́х от

Го́спода, то взыщу́: е́же жи́ти ми в дому́
Госпо́дни вся дни живота́ моего́, зре́ти
ми красоту́ Госпо́дню и посеща́ти храм
святы́й Его́. [5]Я́ко скры́ мя в селе́нии
Свое́м в день зол мои́х, покры́ мя в та́йне
селе́ния Своего́, на ка́мень вознесе́ мя.
[6]И ны́не се вознесе́ главу́ мою́ на враги́
моя́: обыдо́х и пожро́х в селе́нии Его́
же́ртву хвале́ния и воскликнове́ния: пою́
и воспою́ Го́сподеви. [7]Услы́ши, Го́споди,
глас мой, и́мже воззва́х: поми́луй мя
и услы́ши мя. [8]Тебе́ рече́ се́рдце мое́:
Го́спода взыщу́. Взыска́ Тебе́ лице́ мое́,
лица́ Твоего́, Го́споди, взыщу́. [9]Не отврати́
лица́ Твоего́ от мене́ и не уклони́ся гне́вом
от раба́ Твоего́: помо́щник мой бу́ди,
не отри́ни мене́, и не оста́ви мене́, Бо́же
Спаси́телю мой. [10]Я́ко оте́ц мой и ма́ти
моя́ оста́виста мя, Госпо́дь же восприя́т
мя. [11]Законоположи́ ми, Го́споди, в пути́
Твое́м и наста́ви мя на стезю́ пра́вую
враг мои́х ра́ди. [12]Не преда́ждь мене́ в

ду́шы стужа́ющих ми, я́ко воста́ша на мя
свиде́теле неправеднии и солга́ непра́вда
себе́. [13]Ве́рую ви́дети блага́я Госпо́дня
на земли́ живы́х. [14]Потерпи́ Го́спода,
мужа́йся и да крепи́тся се́рдце твое́, и
потерпи́ Го́спода.

Псалом 31

[1]Блаже́ни, и́хже оста́вишася без-
зако́ния и и́хже прикры́шася греси́.
[2]Блаже́н муж, ему́же не вмени́т Госпо́дь
греха́, ниже́ есть во усте́х его ле́сть. [3]Яко
умолча́х, обетша́ша ко́сти моя́, от е́же
зва́ти ми весь день. [4]Яко день и нощь
отяготе́ на мне́ рука́ Твоя́, возврати́хся
на страсть, егда́ унзе́ ми терн. Беззако́ние
мое́ позна́х и греха́ моего́ не покры́х, рех:
испове́м на мя беззако́ние мое́ Го́сподеви,
и Ты оста́вил еси́ нече́стие се́рдца
моего́. [6]За то помо́лится к Тебе́ всяк
преподо́бный во вре́мя благопотре́бно:
оба́че в пото́пе вод мно́гих к нему́ не
приближатся. [7]Ты еси́ прибе́жище мое́

от ско́рби обдержа́щия мя: ра́досте моя́,
изба́ви мя от обыше́дших мя. [8]Вразумлю́
тя и наста́влю тя на путь сей, во́ньже
по́йдеши, утвержу́ на тя о́чи Мои́. [9]Не
бу́дите я́ко конь и меск, и́мже не́сть
ра́зума: брозда́ми и уздо́ю че́люсти их
востя́гнеши, не приближа́ющихся к тебе.
[10]Мно́ги ра́ны гре́шному, упова́ющаго же
на Го́спода ми́лость обы́дет. [11]Весели́тесся
о Го́споде, и ра́дуйтеся пра́ведниии, и
хвали́тесся вси пра́вии се́рдцем.

[1]Псалом 56

[2]Поми́луй мя, Бо́же, поми́луй мя,
я́ко на Тя упова́ ду́ша моя́, и на сень
крилу́ Твое́ю наде́юся, до́ндеже пре́йдет
беззако́ние. [3]Воззову́ к Бо́гу Вы́шнему,
Бо́гу, благоде́явшему мне. [4]Посла́ с
Небесе́ и спасе́ мя, даде́ в поноше́ние
попира́ющыя мя, посла Бог ми́лость
Свою́ и и́стину Свою́, [5]и изба́ви ду́шу
мою́ от среды́ ски́мнов. Поспа́х смуще́н,
сы́нове челове́честии, зу́бы их ору́жия и

стре́лы, и язы́к их мечь остр. [6]Вознеси́ся
на Небеса́, Бо́же, и по всей земли́ сла́ва
Твоя́. [7]Сеть угото́ваша нога́м мои́м и
слякóша ду́шу мою́, ископа́ша пред лице́м
мои́м я́му и впадо́ша в ню. [8]Гото́во се́рдце
мое́, Бо́же, гото́во се́рдце мое́, воспою́ и
пою́ во сла́ве мое́й. [9]Воста́ни сла́ва моя́,
воста́ни псалти́рю и гу́сли: воста́ну
ра́но. [10]Испове́мся Тебе́ в лю́дех, Го́споди,
воспою́ Тебе́ во язы́цех: [11]я́ко возвели́чися
до Небе́с ми́лость Твоя́, и да́же до о́блак
и́стина Твоя́. [12]Вознеси́ся на Небеса́, Бо́же,
и по всей земли́ сла́ва Твоя́.

Трисвятое: *И по* **Отче наш:**

Тропари, глас 1:

Объя́тия Отча отве́рсти ми потщи́ся: блу́дно мое́ иждих́ житие́, на бога́тство неиждива́емое взира́яй щедро́т Твои́х, Спа́се, ны́не обнища́вшее мое́ да не презриши се́рдце. Тебе́ бо, Го́споди, умиле́нием зову́: согреши́х на не́бо и пред Тобо́ю.

Слава: **Егда́ прии́деши, Бо́же, на зе́млю со сла́вою, и трепе́щут вся́ческая. Река́ же о́гненная пред суди́щем влече́т, кни́ги разгибаются, и та́йная явля́ются: тогда́ изба́ви мя от огня́ неугаси́маго, и сподо́би мя одесну́ю Тебе́ ста́ти, Судие́ пра́веднейший.**

И ныне: **Ма́терь Тя Бо́жую свемы вси́ Де́ву воистинну, и по рождестве́ я́вльшуюся, любо́вию прибега́ющии к Твое́й бла́гости: Тебе́ бо и́мамы гре́шнии предстательство, Тебе́ стяжа́хом в напастех спасе́ние, Еди́ну Всенепоро́чную.**

Го́споди, поми́луй *(30 раз).*

Приииди́те, поклони́мся: *(Трижды)*

[1]Псалом 33

[2]**Благословлю́ Го́спода на всякое**
вре́мя, вы́ну хвала́ Его́ во усте́х мои́х. [3]**О**
Го́споде похва́лится душа́ моя́, да услы́шат
кро́тцыи и возвеселя́тся. [4]**Возвели́чите**
Го́спода со мно́ю и вознесе́м и́мя Его́ вку́пе.
[5]**Взыска́х Го́спода и услы́ша мя, и от всех**

скорбе́й мои́х избáви мя. 6Приступи́те
к Нему́ и просвети́теся, и лица́ ва́ша не
постыдя́тся. 7Сей ни́щий воззва́, и Госпо́дь
услы́ша и, и от всех скорбе́й его́ спасе́
и. 8Ополчи́тся Ангел Госпо́день о́крест
боя́щихся Его́, и изба́вит их. 9Вкуси́те и
ви́дите, я́ко благ Госпо́дь; блаже́н муж,
и́же упова́ет Нань. 10Бо́йтеся Го́спода,
вси святи́и Его́, я́ко не́сть лише́ния
боя́щымся Его́. 11Бога́тии обнища́ша и
взалка́ша, взыска́ющии же Го́спода не
лиша́тся вся́каго бла́га. 12Приидите, ча́да,
послу́шайте мене́, стра́ху Госпо́дню научу́
вас. 13Кто есть челове́к хотя́й живо́т,
любя́й дни ви́дети бла́ги? 14Удержи́ язык
твой от зла, и устне́ твои́, е́же не глаго́лати
льсти́. 15Уклони́ся от зла и сотвори́ бла́го.
Взыщи́ ми́ра, и пожени́ и. 16Очи Госпо́дни
на пра́ведныя, и у́ши Его́ в моли́тву их.
17Лице́ же Госпо́дне на творя́щыя злая, е́же
потреби́ти от земли́ па́мять их. 18Воззва́ша
пра́ведниии, и Госпо́дь услы́ша их, и от

всех скорбе́й их изба́ви их. [19]Близ Госпо́дь
сокруше́нных се́рдцем, и смире́нныя
ду́хом спасе́т. [20]Мно́ги ско́рби пра́ведным,
и от всех их избавит я Госпо́дь. [21]Храни́т
Госпо́дь вся ко́сти их, ни еди́на от них
сокруши́тся. [22]Сме́рть гре́шников люта́,
и ненави́дящии пра́веднаго прегреша́т.
[23]Изба́вит Госпо́дь ду́ши раб Свои́х, и не
прегреша́т вси упова́ющии на Него́.

[1]Псалом 38

[2]Рех: сохраню́ пути́ моя́, е́же не
согреша́ти ми язы́ком мои́м: положи́х
усто́м мои́м храни́ло, внегда воста́ти
гре́шному предо мно́ю. [3]Онеме́х и
смири́хся, и умолча́х от благ, и боле́знь
моя́ обнови́ся. [4]Согре́яся се́рдце мое́
во мне, и в поуче́нии мое́м разгори́тся
огнь. Глаго́лах язы́ком мои́м: [5]скажи́ ми,
Го́споди, кончи́ну мою и число́ дней мои́х,
ко́е есть, да разуме́ю, что лиша́юся аз? Се
пя́ди положи́л еси́ дни моя́, и состав мой
я́ко ничто́же пред Тобо́ю, оба́че вся́ческая

**суета́, всяк челове́к живы́й. [7]Убо о́бразом
хо́дит человек, оба́че всу́е мяте́тся:
сокро́вищствует, и не весть, кому соберёт
я. [8]И ны́не кто терпе́ние мое́, не Госпо́дь
ли? И соста́в мой от Тебе́ есть. [9]От всех
беззако́ний мои́х изба́ви мя, поноше́ние
безу́мному дал мя еси́. [10]Онеме́х и не
отверзо́х уст мои́х, я́ко Ты сотвори́л еси́.
[11]Отстави от мене́ ра́ны Твоя́: от кре́пости
бо руки́ Твоея́ аз исчезо́х. [12]Во обличе́ниих
о беззако́нии наказа́л еси́ челове́ка и
иста́ял еси́, я́ко паучи́ну, ду́шу его́: оба́че
всу́е всяк челове́к. [13]Услы́ши моли́тву
мою́, Го́споди, и моле́ние мое́ внуши́, слез
мои́х не премолчи́: я́ко пресе́льник аз
есмь у Тебе́ и пришле́ц, я́коже вси о́тцы
мои́. [14]Осла́би ми, да почи́ю, пре́жде да́же
не отъи́ду, и ктому́ не бу́ду.**

[1]Псалом 40

**[2]Блаже́н разумева́яй на ни́ща и убо́га, в
день лют изба́вит его Госпо́дь. [3]Госпо́дь да
сохрани́т его́ и живи́т его́, и да ублажи́т его́**

на земли́, и да не преда́ст его́ в ру́ки враго́в
его́. [4]Госпо́дь да помо́жет ему́ на одре́ боле́зни
его́: все ло́же его́ обрати́л еси́ в боле́зни его́.
[5]Аз рех: Го́споди, поми́луй мя, исцели́ ду́шу
мою́, я́ко согреши́х Ти. [6]Врази́ мои́ ре́ша мне
зла́я: когда́ у́мрет и поги́бнет и́мя его́? [7]И
вхожда́ше ви́дети, всу́е глаголаше се́рдце
его́, собра́ беззако́ние себе́, исхожда́ше вон
и глаго́лаше вку́пе. [8]На мя шепта́ху вси
врази́ мои́, и на мя помышля́ху зла́я мне́.
[9]Сло́во законопресту́пное возложи́ша на
мя: еда спя́й не приложи́т воскре́снути?
[10]И́бо челове́к ми́ра моего́, на него́же
упова́х, ядый хле́бы моя́, возвели́чи на мя
запина́ние. [11]Ты же, Го́споди, поми́луй мя
и возста́ви мя и возда́м им. [12]В сем позна́х,
я́ко восхоте́л мя еси́, я́ко не возра́дуется
враг мой о мне́. [13]Мене́ же за незло́бие
прия́л и утверди́л мя еси́ пред Тобо́ю в век.
[14]Благослове́н Госпо́дь Бог Израилев от
ве́ка и до ве́ка: бу́ди, бу́ди.

Трисвятое: *И по* Отче наш:

Тропари, глас 4:

Смире́нную мою́ ду́шу посети́, Го́споди, во гресе́х все житие́ иждй́вшую: и́мже о́бразом блудни́цу, приими́ и мене́, и спаси́ мя.

Слава: **Все житие́ мое́ сра́мно иждй́х, Го́споди, со блудни́цами окая́нный, я́коже блу́дный, умиле́нием зову́: Отче Небе́сный, согреши́х, очи́сти и спаси́ мя, и не отри́ни мене́, сама́го себе́ от Тебе́ удали́вшаго, и безпло́дных ра́ди дел ны́не обнища́вшаго.**

И ныне: **К Богоро́дице приле́жно ны́не притеце́м, гре́шнии и смире́ннии, и припаде́м, в покая́нии зову́ще из глубины́ души́: Влады́чице, помози́, на ны милосе́рдовавши, потщи́ся, погиба́ем от мно́жества прегреше́ний, не отврати́ Твоя́ рабы́ тщы́, Тя бо и Еди́ну наде́жду и́мамы.**

Го́споди, поми́луй *(30 раз).*

Приидйте, поклони́мся: *(трижды).*

[1]Псалом 69

[2]Бо́же, в по́мощь мою́ вонми́, Го́споди,
по́мощи ми потщи́ся. [3]Да постыдя́тся
и посра́мятся и́щущии ду́шу мою́,
да возвратя́тся вспя́ть и постыдя́тся
хотя́щии ми зла́я. [4]Да возвратя́тся а́бие
стыдя́щеся глаго́лющии ми: бла́гоже,
благо́же. [5]Да возра́дуются и возвеселя́тся
о Тебе́ вси и́щущии Тебе́, Бо́же, и да
глаго́лют вы́ну, да возвели́чится Госпо́дь,
любя́щии спасе́ние Твое́: [6]аз же нищ есмь
и убог, Бо́же, помози́ ми: Помо́щник мой
и Избáвитель мой еси́ Ты, Го́споди, не
закосни́.

Псалом 70

[1]На Тя, Го́споди, упова́х, да не
постыжу́ся в век. [2]Пра́вдою Твое́ю
изба́ви мя и изми́ мя, приклони́ ко мне́
у́хо Твое́ и спаси́ мя. [3]Бу́ди ми в Бо́га
Защи́тителя и в ме́сто кре́пко спасти́ мя,
я́ко утвержде́ние мое́ и прибе́жище мое́
еси́ Ты. [4]Бо́же мой, изба́ви мя из руки́

гре́шнаго, из руки́ законопресту́пнаго
и оби́дящаго, [5]я́ко Ты еси́ терпе́ние
мое́, Го́споди, Го́споди, упова́ние мое́
от ю́ности моея́. [6]В Тебе́ утверди́хся от
утробы, от чре́ва ма́тере моея́ Ты еси́
мой покрови́тель: о Тебе́ пение мое́ вы́ну.
[7]Яко чу́до бы́х мно́гим, и Ты помо́щник
мой кре́пок. [8]Да испо́лнятся уста́ моя́
хваления, я́ко да воспою́ сла́ву Твою́, весь
день великоле́пие Твое́. [9]Не отве́ржи мене́
во вре́мя ста́рости, внегда́ оскудева́ти
кре́пости мое́й, не оста́ви мене́. [10]Яко
ре́ша врази́ мои́ мне́, и стрегу́щии ду́шу
мою́ совеща́ша вку́пе, [11]глаго́люще: Бог
оста́вил есть его́, пожени́те и и́мите его́,
я́ко не́сть избавля́яй. [12]Бо́же мой, не
удали́ся от мене́, Бо́же мой, в по́мощь
мою́ вонми́. [13]Да постыдя́тся и исче́знут
оклевета́ющии ду́шу мою́, да облеку́тся
в студ и срам и́щущии зла́я мне́. [14]Аз же
всегда́ возупова́ю на Тя и приложу́ на
вся́ку похвалу́ Твою́. [15]Уста́ моя́ возвестя́т

пра́вду Твою́, весь день спасе́ние Твое́,
я́ко не позна́х кни́жная. [16]Вни́ду в си́ле
Госпо́дни, Го́споди, помяну́ пра́вду Тебе́
Еди́наго. [17]Бо́же мой, и́мже научи́л мя
еси́ от ю́ности моея́, и до ны́не возвещу́
чудеса́ Твоя́, [18]и да́же до старости и
престаре́ния, Бо́же мой, не оста́ви мене́,
до́ндеже возвещу́ мы́шцу Твою́ ро́ду всему́
грядущему, [19]си́лу Твою́ и пра́вду Твою́,
Бо́же, да́же до вы́шних, я́же сотвори́л ми
еси́ вели́чия. Бо́же, кто подо́бен Тебе́?
[20]Ели́ки яви́л ми еси́ ско́рби мно́ги и
злы́, и обра́щься оживотвори́л мя еси́, и
от бе́здн земли́ возве́л мя еси́. [21]Умно́жил
еси́ на мне́ вели́чествие Твое́, и обра́щься
уте́шил мя еси́, и от бе́здн земли́ па́ки
возве́л мя еси́. [22]Ибо аз испове́мся Тебе́
в лю́дех, Го́споди, в сосу́дех псало́мских
и́стину Твою́, Бо́же, воспою́ Тебе́ в гу́слех,
Святы́й Изра́илев. [23]Возра́дуетеся устне́
мои́, егда́ воспою́ Тебе́, и ду́ша моя́,
ю́же еси́ изба́вил. [24]Еще́ же и язы́к мой

весь день поучи́тся пра́вде Твое́й, егда́
постыдя́тся и посра́мятся и́щущии зла́я
мне.

[1]Псалом 76

[2]Гла́сом мои́м ко Го́споду воззва́х,
гла́сом мои́м к Бо́гу, и вня́т ми. [3]В день
ско́рби моея́ Бо́га взыска́х рука́ма
мои́ма, но́щию пред Ним, и не прельще́н
бых. Отве́ржеся уте́шитися душа́
моя́. [4]Помяну́х Бо́га и возвесели́хся,
поглумля́хся и малоду́шествоваше дух
мой. [5]Предвари́сте стра́жбы́ о́чи мои́:
смято́хся и не глаго́лах. [6]Помы́слих
дни пе́рвыя, и ле́та ве́чная помяну́х,
и поуча́хся: [7]но́щию се́рдцем мои́м
глумля́хся, и тужа́ше дух мой: [8]еда во
ве́ки отри́нет Госпо́дь, и не приложи́т
благоволи́ти па́ки? [9]Или́ до конца́ ми́лость
Свою́ отсече́т, сконча́ глаго́л от ро́да в
род? [10]Еда́ забудет уще́дрити Бог? Или́
уде́ржит во гне́ве Свое́м щедро́ты Своя́?
[11]И рех, ны́не нача́х: сия́ изме́на десни́цы

Вы́шняго. [12]Помяну́х дела́ Госпо́дня, я́ко
помяну́ от нача́ла чудеса́ Твоя́, [13]и поучу́ся
во всéх дéлех Твои́х, и в начина́ниих
Твои́х поглумлю́ся. [14]Бо́же, во святéм
пу́ть Тво́й: кто бог вéлий яко Бог наш?
[15]Ты еси́ Бог творя́й чудеса́: сказа́л еси́ в
лю́дех си́лу Твою́, [16]изба́вил еси́ мы́шцею
Твоéю лю́ди Твоя́, сы́ны Иа́ковли и
Ио́сифовы. [17]Ви́деша Тя во́ды, Бо́же,
ви́деша Тя во́ды, и убоя́шася: смято́шася
бéздны, [18]мно́жество шу́ма вод, глас да́ша
о́блацы, и́бо стрéлы Твоя́ прехо́дят. [19]Гла́с
гро́ма Твоего́ в колеси́, осветиша мо́лния
Твоя́ вселéнную: подви́жеся и трéпетна
бы́сть земля́. [20]В мо́ри путие́ Твои́, и
стези́ Твоя́ в вода́х мно́гих, и следы́ Твои́
не позна́ются. [21]Наста́вил еси́ я́ко о́вцы
лю́ди Твоя́ руко́ю Моисеовою и Ааро́нею.

Трисвятое: *И по* **Отче наш:**

Тропари, глас 6:

Помышля́ю день стра́шный, и
пла́чу деяний мои́х лука́вых: како

отвеща́ю безсме́ртному Царю́, или́ кои́м дерзнове́нием воззрю на Судию́, блу́дный аз? Благоутро́бный Отче, Сы́не Единоро́дный, ду́ше Святы́й, поми́луй мя.

Слава: **Во юдо́ли плаче́вне, на ме́сте, е́же завеща́л еси́, егда́ ся́деши, Ми́лостиве, сотвори́ти праведный суд, не обличи́ моя́ сокрове́нная, ниже́ посрами́ мене́ пред Ангелы: но пощади́ мя, Бо́же, и поми́луй мя.**

И ныне: **Милосе́рдия две́ри отве́рзи нам, благослове́нная Богоро́дице, наде́ющиися на Тя, да не поги́бнем, но да изба́вимся Тобо́ю от бед: Ты бо еси́ спасе́ние ро́да христиа́нскаго.**

Господи, помилуй *(30 раз).*

Приидите, поклонимся: *(трижды)*

Посем: [1]Молитва нищаго, егда уныет, и пред Господем пролиет моление свое, 101

[2]Го́споди, услы́ши моли́тву мою́, и вопль мой к Тебе́ да прии́дет. [3]Не отврати́

лица́ Твоего́ от мене́: во́ньже а́ще день
скорблю́, приклони́ ко мне у́хо Твое́:
во́ньже а́ще день призову́ Тя, ско́ро
услы́ши мя. [4]Яко исчезо́ша я́ко дым дни́е
мои́, и ко́сти моя́ я́ко суши́ло сосхо́шася.
[5]Уя́звен бых я́ко трава́, и и́зсше се́рдце
мое́, я́ко забы́х сне́сти хлеб мой. [6]От
гла́са воздыха́ния моего́ прильпе́ кость
моя́ пло́ти мое́й. [7]Уподобихся нея́сыти
пусты́нней, бых яко нощны́й вран
на ны́рищи. [8]Бдех и бых я́ко пти́ца
осо́бящаяся на зде. [9]Весь день поноша́ху
ми врази́ мои́, и хваля́щии мя мно́ю
кленя́хуся. [10]Зане́ пе́пел я́ко хлеб ядя́х, и
питие́ мое с пла́чем растворя́х. [11]От лица́
гне́ва Твоего́ и я́рости Твоея́: я́ко возне́с
низве́ргл мя еси́. [12]Дние́ мои́ я́ко сень
уклони́шася, и аз я́ко се́но изсхо́х. [13]Ты же,
Го́споди, во век пребыва́еши, и па́мять
Твоя́ в род и род. [14]Ты воскре́с уще́дриши
Сио́на, я́ко вре́мя уще́дрити его́, я́ко
прии́де вре́мя. [15]Яко благоволи́ша раби́

Твои́ ка́мение его́, и пе́рсть его́ уще́дрят.
[16]И убоя́тся язы́цы и́мене Госпо́дня, и
вси ца́рие зе́мстии сла́вы Твоея́. [17]Яко
сози́ждет Госпо́дь Сио́на, и яви́тся
во сла́ве Свое́й. [18]Призре́ на моли́тву
смире́нных, и не уничижи́ моле́ния их.
[19]Да напи́шется сие́ в род ин, и лю́дие
зи́ждемии восхва́лят Го́спода. [20]Яко
прини́че с высоты́ святы́я Своея́, Госпо́дь
с Небесе́ на зе́млю призре́, [21]услы́шати
воздыха́ние окова́нных, разреши́ти
сы́ны умерщвле́нных, [22]возвести́ти в
Сио́не и́мя Госпо́дне, и хвалу́ Его́ во
Иерусали́ме. [23]Внегда́ собра́тися лю́дем
вку́пе и царе́м, е́же рабо́тати Го́сподеви.
[24]Отвеща́ ему́ на пути́ крепости его́,
умале́ние дней мои́х возвести́ ми. [25]Не
возведи́ мене́ во преполове́ние дней мои́х:
в ро́де родо́в ле́та Твоя́. [26]В нача́лех Ты,
Го́споди, зе́млю основа́л еси́, и дела́ руку́
Твое́ю суть небеса́. [27]Та поги́бнут, Ты же
пребыва́еши, и вся я́ко ри́за обетша́ют, и

я́ко оде́жду сви́еши я, и изменя́тся. [28]Ты
же то́йжде еси́, и ле́та Твоя́ не оскуде́ют.
[29]Сы́нове раб Твои́х вселя́тся, и се́мя их
во век испра́вится.

Молитва Манассии, царя Иудейска

Го́споди Вседержи́телю, Бо́же оте́ц на́ших, Авра́амов, и Исаа́ков, и Иа́ковль, и се́мене их праведнаго, сотвори́вый не́бо и зе́млю со все́ю ле́потою их, связа́вый мо́ре сло́вом повеле́ния Твоего́, заключи́вый бе́здну, и запеча́тствовавый ю стра́шным и сла́вным и́менем Твои́м, Его́же вся боя́тся, и трепе́щут от лица́ си́лы Твоея́: я́ко непостоя́нно великоле́пие сла́вы Твоея́, и не стерпи́мь гне́в е́же на гре́шники преще́ния Твоего́. Безме́рна же и неиссле́дованна ми́лость обеща́ния Твоего́. Ты бо еси́ Госпо́дь Вы́шний благоутро́бен, долготерпели́в и многоми́лостив, и ка́яйся о зло́бах челове́ческих. Ты, Го́споди, по мно́жеству бла́гости Твоея́, обеща́л еси́ покая́ние

и оставление согреши́вшым Тебе́, и множеством щедро́т Твои́х определи́л еси́ покая́ние гре́шником во спасе́ние. Ты у́бо, Го́споди Бо́же сил, не положи́л еси́ покая́ние пра́ведным, Авраа́му, и Исаа́ку, и Иа́кову, не согреши́вшым Тебе́: но положи́л еси́ покая́ние на мне гре́шнем, зане́ согреши́х па́че числа́ песка́ морска́го. Умно́жишася беззако́ния моя́, Го́споди, умно́жишася беззако́ния моя́, и не́смь досто́ин воззре́ти и ви́дети высоту́ небе́сную от мно́жества непра́вд мои́х. Сля́чен е́смь мно́гими у́зами желе́зными, во е́же не возвести́ главы́ моея́, и несть ми ослабления: зане́ прогне́вах я́рость Твою́, и лука́вое пред Тобо́ю сотвори́х: не сотвори́вый во́ли Твоея́, и не сохрани́вый повеле́ний Твои́х. И ны́не приклоня́ю коле́на се́рдца, тре́буя от Тебе́ бла́гости: согреши́х, Го́споди, согреши́х, и беззако́ния моя́ аз вем; но прошу́ моля́ся: осла́би ми, Го́споди, осла́би ми,

и не погуби́ мене́ со беззако́ньми мои́ми: ниже́ во век враждова́в соблюде́ши зол мои́х, ниже́ осу́диши мя в преиспо́дних земли́. Зане́ Ты еси́ Бо́же, Бог ка́ющихся, и на мне яви́ши всю бла́гость Твою́, я́ко недосто́йна су́ща спасе́ши мя по мно́зей милости Твое́й, и восхвалю́ Тя вы́ну во дне́х живота́ моего́. Яко Тя пое́т вся си́ла небе́сная, и Твоя́ есть сла́ва во ве́ки веко́в, ами́нь.

Таже: Сла́ва в вы́шних Бо́гу, и на земли́ мир, в челове́цех благоволе́ние. Хва́лим Тя, благослови́м Тя, кла́няем Ти ся, славосло́вим Тя, благодари́м Тя вели́кия ра́ди сла́вы Твоея́. Го́споди Царю́ Небе́сный, Бо́же О́тче Вседержи́телю, Го́споди Сы́не Единоро́дный Иису́се Христе́, и Святы́й Ду́ше. Го́споди Бо́же, Агнче Бо́жий, Сы́не Отечь, взе́мляй грех ми́ра, поми́луй нас; взе́мляй грехи́ мира, приими́ моли́тву на́шу; седя́й одесну́ю Отца́, поми́луй нас. Яко Ты еси́

Еди́н Свят, Ты еси́ Един Госпо́дь, Иису́с Христо́с, в сла́ву Бо́га Отца́, ами́нь. На всяк день благословлю́ Тя, и восхвалю́ имя Твое́ во ве́ки, и в ве́к ве́ка. Господи, прибежище был еси нам в род и род. Аз рех: Го́споди, поми́луй мя, исце́ли ду́шу мою́, я́ко согреши́х Тебе́. Го́споди, к Тебе́ прибего́х, научи́ мя твори́ти во́лю Твою́, я́ко Ты еси́ Бо́г мой: я́ко у Тебе́ исто́чник живота́, во све́те Твое́м у́зрим све́т. Проба́ви ми́лость Твою́ ве́дущым Тя. Сподо́би, Го́споди, в день сей без греха́ сохрани́тися нам. Благослове́н еси́, Го́споди, Бо́же отец на́ших, и хва́льно и просла́влено имя Твое́ во ве́ки, ами́нь. Бу́ди, Го́споди, ми́лость Твоя́ на нас, я́коже упова́хом на Тя. Благослове́н еси́, Го́споди, научи́ мя оправда́нием Твои́м. Благослове́н еси́, Владыко, вразуми́ мя оправда́нием Твои́м. Благослове́н еси́, Святы́й, просвети́ мя оправда́нии Твои́ми. Го́споди, ми́лость Твоя́ во век,

дел руку́ Твое́ю не пре́зри. Тебе́ подоба́ет хвала́, Тебе́ подоба́ет пе́ние, Тебе́ сла́ва подоба́ет, Отцу́, и Сыну, и Свято́му Ду́ху, ны́не и присно, и во ве́ки веко́в, ами́нь.

Молитва святаго Евстратия

Велича́я велича́ю Тя, Го́споди, я́ко призре́л еси́ на смире́ние мое́, и не́си мене́ затвори́л в рука́х вра́жиих, но спа́сл еси́ от ну́жд ду́шу мою́. И ны́не, Влады́ко, да покры́ет мя рука́ Твоя́, и да прии́дет на мя ми́лость Твоя́, я́ко смяте́ся душа́ моя́, и боле́зненна есть во исхожде́нии свое́м от окая́ннаго моего́ и скве́рнаго телесе́ сего́: да не когда́ лука́вый супоста́т сове́т сря́щет и препне́т ю во тьме, за неве́домыя и ве́домыя в житии́ сем бы́вшыя ми грехи́, ми́лостив бу́ди ми, Влады́ко, и да не у́зрит душа́ моя́ мра́чнаго взо́ра лука́вых де́монов: но да прии́мут ю Ангели Твои́ све́тлии и пресве́тлии. Да́ждь сла́ву и́мени Твоему́ свято́му, и Твое́ю си́лою возведи́ мя на Боже́ственное

Твое́ суди́ще. Внегда́ суди́тися ми, да не прии́мет мя рука́ князя ми́ра сего́, е́же исто́ргнути мя, гре́шника, во глубину́ а́дову, но предста́ни ми, и бу́ди ми Спас и Засту́пник: теле́сная бо и сия́ муче́ния весе́лия суть рабо́м Твои́м. Поми́луй, Го́споди, оскверни́вшуюся страстьми́ жития́ сего́, ду́шу мою́, и чи́сту ю покая́нием и исповеда́нием приими́, я́ко благослове́н еси́ во ве́ки веко́в, ами́нь.

Трисвятое: *И по* **Отче наш:**

Тропари, глас 8:

Оком благоутро́бным, Го́споди, ви́ждь мое́ смире́ние, я́ко пома́ле жи́знь моя́ иждива́ется, и от дел не́сть мне спасе́ния. Сего́ ра́ди молю́ся: о́ком благоутро́бным, Го́споди, ви́ждь мое́ смире́ние, и спаси́ мя.

Слава: **Век мой скончава́ется, и стра́шный Твой престо́л гото́вится, жити́е мое́ мимохо́дит, суд мене́ ждет, претя́ мне о́гненною му́кою и пла́менем негаси́мым:**

слез ту́чу пода́ждь ми, и угаси́ его́ си́лу, хотя́й спасти́ся всем челове́ком.

И ныне: **И́же нас ра́ди рожде́йся от Де́вы, и распя́тие претерпе́в, Благи́й, испрове́ргий сме́ртию сме́рть и воскресе́ние явле́й, я́ко Бог, не пре́зри я́же созда́л еси́ руко́ю Твое́ю, я́ви человеколю́бие Твое́, Ми́лостиве: приими́ ро́ждшую Тя Богоро́дицу, моля́щуюся за ны, и спаси́, Спа́се наш, лю́ди отча́янныя.**

Го́споди, поми́луй *(30 раз)*.

Сла́ва, и ны́не: Го́споди, поми́луй *(трижды)*.

Моли́твами святы́х оте́ц на́ших, Го́споди Иису́се Христе́, Бо́же наш, поми́луй нас. Ами́нь.



ИЗ ПИСЕМ ПРЕПОДОБНОГО АМВРОСИЯ ОПТИНСКОГО

Преподобный старец Амвросий Оптинский предлагал обращающимся к нему в самых различных скорбях и напастях особые краткие молитвенные правила, посильные для каждого христианина. Старец по своему опыту знал, как действуют эти псалмы, как укрепляют ослабевший дух человека, как разоряются вражьи наветы, если эти псалмы читать с верой и упованием на всемогущую помощь Божию.

Мы приводим здесь некоторые выдержки из этих душеполезных писем[2]:

---

[2] *Из «Молитвенного правила преподобного Амвросия Оптинского, читаемого во время искушений», издание Сретенского монастыря, М., 2011 г.*

«Надейся на милость и помощь Божию и веруй, что силен Господь избавить тебя от всех козней человеческих и вражеских. Сказано в псалмах: «Господь разоряет советы языков и отметает мысли людей; совет же Господень пребывает во век».

Выписываю тебе псалмы, которыми молился святой Давид, когда был в гонении от врагов: 3-й, 53-й, 58-й, 142-й. Выбери из этих псалмов приличные для тебя слова и почасту прочитывай их, обращаясь к Богу с верою и смирением. А когда будет бороть тебя уныние или томить душу безотчетная скорбь – прочитывай 101-й псалом».

***

«Опять скажу тебе, что, по моему мнению, нужно еще подождать и потерпеть, пока воздействует промыслительная сила Божия, разоряющая неправильные советы и отметающая мысли людей неблагонамеренных; так как один

совет Божий пребывает вовеки. Чтобы в твоем положении получить милость и помощь Божию, читай ежедневно псалом 36-й: «Не ревнуй лукавнующим, ниже завиди творящим беззаконие». И хорошо бы этот псалом читать по слову святого Давида – вечер, утро и полудне. И еще два псалма – «Господь просвещение» и «Живый в помощи». Ежели во имя Святой Троицы будешь исправно читать эти псалмы ежедневно по три раза со смирением и усердием, предавая себя всеблагому Промыслу Божию, тогда изведет, точию повинися Господеви и умоли Его. Полезно также читать псалом – «Терпя, потерпех Господа и внят ми»...»

***

«Всегда читайте **«Богородице Дево, радуйся...»** по 150 раз с поклонами – и Матерь Божия совершит спасение.

Утром, выходя из дома, следует прочитать 26-й, 50-й и 90-й псалмы, а между

ними, в начале и в конце, по одной молитве **«Богородице Дево, радуйся».** После этого, если рядом разорвется снаряд или пуля, или случится пожар – никакая беда тебя не коснется.

Читайте 26-й, 50-й, 90-й псалмы, и Господь и Матерь Божия подадут Свои милости...»

Схиархимандрит Виталий



ПСАЛОМ 90,
С ТОЛКОВАНИЕМ

1 Живы́й в по́мощи Вы́шняго, в кро́ве
Бо́га Небе́снаго водвори́тся. 2 Рече́т Го́с-
подеви: Засту́пник мой еси́ и Прибе́-
жище мое́, Бог мой, и упова́ю на Него́.
3 Яко Той изба́вит тя от се́ти ло́вчи, и от
слове́се мяте́жна, 4 плещма́ Свои́ма осени́т
тя, и под криле́ Его́ наде́ешися: ору́жием
обы́дет тя и́стина Его́. 5 Не убои́шися
от стра́ха нощна́го, от стрелы́ летя́щия
во дни́, 6 от ве́щи во тьме преходя́щия,
от сря́ща и бе́са полу́деннаго. 7 Паде́т от
страны́ твоея́ ты́сяща, и тьма одесну́ю
тебе́, к тебе́ же не прибли́жится, 8 оба́че
очима твои́ма смотри́ши, и воздая́ние
гре́шников у́зриши. 9 Яко Ты, Го́споди,
упова́ние мое́, Вы́шняго положи́л еси́
прибе́жище твое́. 10 Не прии́дет к тебе́ зло́,
и ра́на не прибли́жится телеси́ твоему́,
11 яко Ангелом Свои́м запове́сть о тебе́,
сохрани́ти тя во всех путе́х твои́х. 12 На

рука́х во́змут тя, да не когда преткне́ши о ка́мень но́гу твою́,
[13]на а́спида и василиска
наступи́ши, и попере́ши льва́ и зми́я.
[14]Яко на Мя упова́, и изба́влю и: покры́ю
и, яко позна имя Мое. [15]Воззове́т ко Мне,
и услы́шу его́: с ним есмь в ско́рби, изму́
его́, и просла́влю его́, [16]долгото́ю дне́й
испо́лню его́, и явлю́ ему́ спасе́ние Мое́.

1. Хвала песни Давыдовы, не надписан у еврей, 90

Божественный Дух устами Богоотца Давида раскрывает в этом псалме величие дел Божиих. Пророк показывает, какое обилие благ заключено в уповании на Бога. Тайноводствуемые Христом побеждают невидимых врагов, начальства и власти, мироправителей тьмы века сего, духов злобы поднебесных *(см. Еф. 6, 12)* и самого ненавистного сатану *(Златоуст, Афанасий, Феодорит).*

1. Живы́й в по́мощи Вы́шняго, в кро́ве Бо́га Небе́снаго водвори́тся.

Пророческий дух ублажает человека, которому помощь и пособие есть Сам Христос. Видишь ли, какое дерзновение имеет ко Всевышнему тот, кто исполняет Его заповеди? *(Афанасий, Исихий).*

2. Рече́т Го́сподеви: Засту́пник мой еси́ и Прибе́жище мое́, Бог мой, и упова́ю на Него́.

3. Яко Той изба́вит тя от се́ти ло́вчи, и от слове́се мяте́жна.

Давид отсюда обращает речь к самому уверовавшему и ободряет его: Бог избавит тебя от сети ловчи (тайных козней сопротивных сил) и от словесе мятежна (обидного) *(Феодорит, Афанасий).*

4. плещма́ Свои́ма осени́т тя, и под криле́ Его́ наде́ешися: ору́жием обы́дет тя и́стина Его́.

Крилами называет действие Промысла Божия, употребляя подобие птиц, которые своими крыльями покрывают птенцов. **Истина Его** – Христос Бог, **оружие** –

Крест Христов. Как птенцы под крылом кокоша[3], так весь мир под крылом Господа, всех и вся Он согревает – одних духовно, других – вещественной теплотой. И как кокош слышит писк и вздохи находящихся под ним птенцов, так Господь слышит тайные вздохи, наши молитвы, видит все наши нужды *(Златоуст, Феодорит, Иоанн Кронштадтский).*

5. Не убо́йшися от стра́ха нощна́го, от стрелы́ летя́щия во дни́.

Стрелой наименовал какую-то нечистую силу, «ангела смерти» *(Афанасий).*

6. от ве́щи во тме преходя́щия, от сря́ща, и бе́са полу́деннаго.

Вещь, преходящая во тьме, есть всякое злоумышление, проявляющееся там, где его не ожидают; а **встреча полуденная** – есть явный и открытый вред. Заметь, что **демон полуденный** возмутил Давида, когда он по-

---

[3] *Кокоша — наседки.*

сле полуденного сна впал в прелюбодеяние. Другие отцы **бесом полуденным** называют духа лености и уныния, нападающих в определенные часы, как лихорадка на больную душу, и расстраивающих ее крепость. **Срящ** – есть всякий непредвиденный случай, встреча, нападение *(Златоуст, Афанасий, Кассиан).*

7. Паде́т от страны́ твоея́ ты́сяща, и тьма одесну́ю тебе́, к тебе́ же не прибли́жится.

В высшем смысле псалом указывает, что живущий в помощи Божией будет подвергаться нападению с левой стороны *(от страны)* тысячи злых стрел – ярости и похоти, а с правой *(одесную)* – **тьмы,** то есть десяти тысяч; ибо к сокрушению того, что право в нас, устремлено множество лукавых сил. Диавол, зная, что многие не принимают грехов явно, начинает брань против них с таких вещей, которые представляются хорошими, но потом через них низвергает

их в явное зло. Но не перестает Господь спасать любящих Его *(Афанасий, Исихий).*

8. Оба́че очима твои́ма смотри́ши, и воздая́ние гре́шников у́зриши.

Своими очами ты увидишь победу над врагами и справедливое возмездие им. **Воздаяние** грешникам мысленным и сам увидишь мысленно после трезвенной молитвы. Именно она освобождает наш ум от всякого вещественного образа лукавых помыслов и дает ему познавать внушения мысленных супостатов и ощущать пользу трезвения *(Златоуст, Исихий).*

9. Яко Ты, Го́споди, упова́ние мое́, Вы́шняго положи́л еси́ прибе́жище твое́.

Дух человека Божьего и Дух пророческий, отвечая друг другу, показывают, сколько пользы в **уповании** на Бога. Бог потому столько много печется о верном, что тот всецело предался в волю Божию и возложил все упование на Него: **яко Ты, Господи, упование мое.** За это, – отвечает пророк верному, – ты сподобишься и промышления

от Него, так как Вышняго положил еси прибежище твое *(Афанасий, Феодорит).*

10. Не прии́дет к тебе́ зло́, и ра́на не прибли́жится телеси́ твоему́,

11. яко Ангелом Свои́м запове́сть о тебе́, сохрани́ти тя во всех путе́х твои́х.

Пророк ободряет человека: бедствия не только не одолеют его, но даже не приблизятся. Бог, посредством Ангелов, отразит диавольские приражения. Более людей стыдись Ангелов, которых при нас много, и удаляйся от всякого постыдного действия. Под Ангелами разумей также и богоносных мужей и иереев (священников), которые имеют ведение о Боге, охраняют и руководят нас в жизни от соблазнов, «понеже устне иереовы сохранят разум, и закона взыщут от уст его, яко Ангел Господа Вседержителя есть» *(Мал. 2, 7) (Златоуст, Феодорит, Нил).*

12. На рука́х во́змут тя, да не когда преткне́ши о ка́мень но́гу твою́,

Эти слова и диавол привел Христу, но Господь, обличая его, сказал в ответ: писано есть: не искусиши Господа Бога твоего *(Втор. 6, 16; Мф. 4, 7),* ибо Бог обещал помощь не искушающему, а бедствующему, не тщеславному, или ищущему пустой славы, но находящемуся в крайней нужде. Под **камнем** можно разуметь всякий грех и всякое препятствие добродетели, а под **ногой** – душу человека *(Златоуст, Пелусиот, Афанасий).*

13. на а́спида и василиска наступи́ши, и попере́ши льва́ и змия́.

В высшем смысле наступанием на ядовитых и плотоядных зверей Давид выразил победу над злом. Кто попирает гнев – тот попирает **льва**, потому что лев отличается яростью, а кто попирает удовольствие и нечестие – тот попирает **аспида, василиска** и дракона, потому что плотское удовольствие и всякое житейское зло справедливо срав-

нивается с гадами, пресмыкающимися по земле. Под **аспидом** и **василиском** подразумевается крайнее лукавство, потому что **аспид** испускает смертный яд, а **василиск** причиняет вред и своим взором. По своей свирепости аспид противится всяким заклинаниям. Василиск (очковая змея) имеет огненные глаза и содержит в глазу яд – как это говорится и о людях завистливых. Дракон (удав) – это самый огромнейший **змей** проглатывает людей, быков и волов, по ужасной силе своей изображает собою диавола *(см. Апок. 12, 3, 4)*. Давид упомянул этих наиболее злых и сильных животных, желая показать, что человеку, охраняемому Богом, не могут повредить никакие враги видимые и невидимые. Тысячи возлюбивших жизнь пустынную, упованием на Бога избегли этих неприязненных нападений, живя вместе со зверями. И демон также есть **аспид, василиск, лев** и **змей**, потому что все вред-

ные действия, производимые этими зверями, и он в себе имеет *(Златоуст, Феодорит, Григорий Нисский, Василий Великий, Афанасий, Кирилл, Диодор).*

14. Яко на Мя упова́, и изба́влю и: покры́ю и, яко позна имя Мое.

Это уже говорит Бог, показывая плод упования – надежду на Бога. Не обольщайся, надежду на Бога предваряет труд для Бога и пролитый в делании добра пот. Только «праведник яко лев уповает» *(Притч. 28, 1).* И как его постоянное попечение посвящено Богу, так и Бог воздает ему. Расслабленный и ленивый к делу своему не может иметь такой надежды. Кто же **знает имя Его?** Тот, кто с кротостью покорил Ему волю своего ума и кто должным образом Ему покорен, а не тот, кто только по слуху знает Его *(Исаак, Феодорит, Златоуст, Евсевий).*

15. Воззове́т ко Мне, и услы́шу его́: с ним есмь в ско́рби, изму́ его́, и просла́влю его́,

16. долгото́ю дне́й испо́лню его́, и явлю́ ему́ спасе́ние Мое́.

Это Господь так говорит праведнику. Поистине, что может быть больше того блаженства, когда мы имеем Бога своим защитником в брани против врагов? Ибо тогда-то наиболее и нужно Ему быть при нас, когда окружают нас скорби и бедствия. Послушающим и готовым на помощь находит Бога тот, кто взывает к Нему сильным душевным голосом. О слова, преисполненные любви! О слова, вдыхающие живейшее упование молящемуся!.. В самые скорбные, безотрадные минуты Господь с нами. А мы думаем, что нет, что Господь оставил нас. Мать не может совершенно привлечь в любовь свою нашего сердца, а Господь привлекает святыми тайнами и молитвой *(Афанасий, Исаак, Иоанн Кронштадтский).*



Псалом – отгнание демонов.

Псалом – оружие против страха ночного...

Псалом – безопасность для младенцев.

Псалом – утешение старцам.

Псалом – самое приличное убранство женщинам...

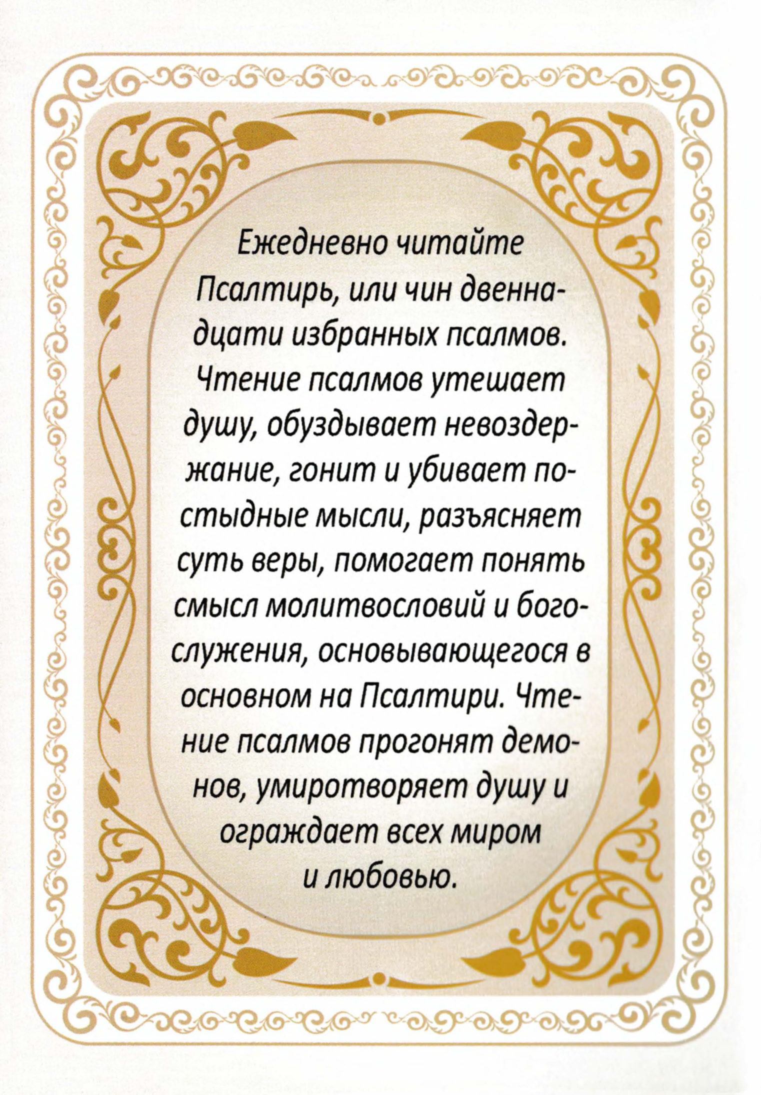
Псалом – дело Ангелов, Небесное жительство, духовное кадило.

Псалом – просвещает ум, он возводит на небеса, он делает людей собеседниками Божиими.

Псалом – где с сокрушением, там и Бог с Ангелами.

Псалом — радость боголюбцев, он отгоняет празднословие, прекращает смех, напоминает суд, возбуждает душу к Богу, сликовствует с Ангелами

Преп. Ефрем Сирин



Ежедневно читайте Псалтирь, или чин двенадцати избранных псалмов. Чтение псалмов утешает душу, обуздывает невоздержание, гонит и убивает постыдные мысли, разъясняет суть веры, помогает понять смысл молитвословий и богослужения, основывающегося в основном на Псалтири. Чтение псалмов прогонят демонов, умиротворяет душу и ограждает всех миром и любовью.